



# MANUEL D'INSTRUCTIONS DE LA **CONSOLE INTÉGRÉE**

Comment configurer votre console intégrée pour le SpeedoStroke et le MultiStroke de KayakPro et les dynamomètres.

**KAYAKPRO**

# MESURES DE SÉCURITÉ

## FONCTIONNEMENT ET UTILISATION DE TOUTE SÉCURITÉ

### DES BLESSURES GRAVES PEUVENT SURVENIR SI LES PRÉCAUTIONS SUIVANTES NE SONT PAS PRISES:

1. Consultez toujours votre médecin avant d'entreprendre un programme d'exercice. Un examen médical est conseillé.

2. Garder la tête, les membres, les doigts et les cheveux loin de toutes les pièces mobiles et de la cage du volant.

**VEUILLEZ NOTER QUE:** Que ce soit pour le SpeedStroke ou le MultiStroke, l'espace de travail le plus vaste c'est:

LARGEUR TOTALE: 175 cm (69")

HAUTEUR TOTALE: 215 cm (84")

LONGUEUR TOTALE + ESPACE ARRIÈRE POUR LA RÉCUPÉRATION DE L'ARBRE DE PAGAIE: 343 cm (135")

3. Inspectez la machine avant de l'utiliser. N'utilisez pas la machine si elle est endommagée ou inutilisable.

4. Contactez votre fabricant si la machine est bloquée ou tombée en panne.

5. N'utilisez la machine que pour les applications pour lesquelles elle a été conçue.

6. Ne modifiez pas la machine.

7. Les adolescents doivent utiliser cette machine sous surveillance d'une personne.

8. Les enfants ne doivent pas rester à côté de la machine.

9. En utilisant les ergomètres SpeedStroke GYM ou Mutlistroke, l'utilisateur engage personnellement toute sa responsabilité.

## SOMMAIRE

### CONSOLE INTÉGRÉE DE KAYAKPRO

VUE D'ENSEMBLE .....002

COMMENT SE CONNECTER .....003-004

RÉGLAGE ET UTILISATION .....005-007

ÉTALONNAGE .....008

CONNEXIONS EXTERNES À UN PC .....009  
POUR LE LOGICIEL

INSTRUCTIONS DE MONTAGE . . . .

**CONSULTER L'AUTRE MANUEL**



ATHENS 2004



Beijing 2008



London 2012



KAYAKPRO USA LLC OFFICIAL SUPPLIERS OF  
KAYAK AND CANOE ERGOMETERS TO THE  
2004, 2008 AND 2012 OLYMPIC GAMES

La console embarquée fournit des informations en temps réel sur votre performance sur le SpeedStroke et le Multistroke. Vous disposez de plusieurs options qui contrôlent les informations que la console affiche. Ce manuel décrit les différents écrans et les boutons qui les contrôlent. De plus, nous expliquerons comment connecter la console embarquée et installer les piles.

## VUE D'ENSEMBLE

**VEUILLEZ NOTER :** Il y a un film protecteur sur l'écran de la console l'enlever permettra une vision plus claire sur l'écran embarqué.

### **INSTALLATION DES PILES DANS LA CONSOLE EMBARQUÉE**

La console requiert 2 piles AA Assurez-vous qu'elles sont adéquatement positionnées ! Le bout négatif vers le ressort de la tension.

# COMMENT SE CONNECTER À LA CONSOLE INTÉGRÉE

Le SpeedStroke et le MultiStroke sont fournis avec plusieurs connecteurs électroniques. Nous laisserons les instructions pour les connexions externes à votre PC de côté pour le moment jusqu'à la fin des instructions relatives à la console embarquée.

La prise mâle de 3,5 mm et La fiche femelle de 3,5 mm sortant de l'avant du SpeedStroke ou du MultiStroke il faut simplement les brancher. Sécurisez le fil qui reste avec les attaches de câble fournies. Lorsqu'il est branché, ce câble permet un transfert de données du rotor à la console embarquée. (voir les images 1 et 3)



**ARRIÈRE DU ROTOR**

IMAGE 1

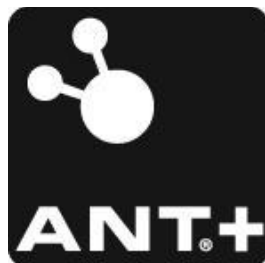
Le câble "mâle" le plus petit de 2 mm branché sortant du milieu du cadre est une extension pour le câble branché à l'extrémité du rotor. Cette fiche de 2 mm se branche à l'arrière de la console embarquée, le port de la fiche est marqué de 'SPD' (Voir les images 2 et 3.)



**SPD CABLE**

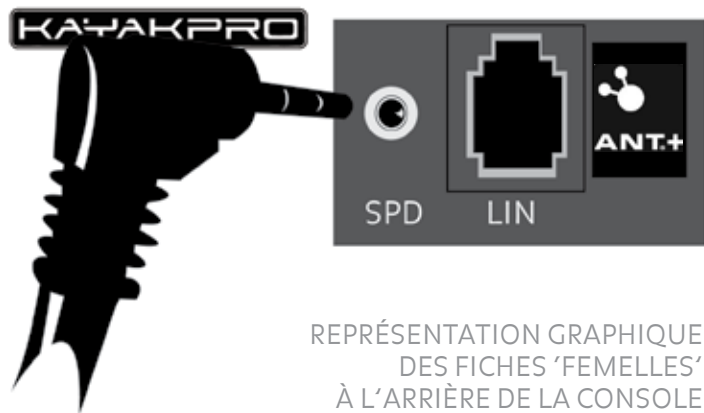
IMAGE 2

La console KayakPro Version 5 a un sans-fil ANT+ alors aucune connexion physique n'est nécessaire pour enregistrer le rythme cardiaque de l'athlète.



**VEUILLEZ NOTER:** pour que l'option du rythme cardiaque fonctionne, vous devez porter un émetteur de rythme cardiaque sur une ceinture thoracique compatible avec ANT+.

KayakPro est un membre de l'alliance ANT+ alliance.



REPRÉSENTATION GRAPHIQUE  
DES FICHES 'FEMELLES'  
À L'ARRIÈRE DE LA CONSOLE

# CONFIGURATION ET UTILISATION DE LA CONSOLE INTÉGRÉE

Réglage et utilisation de la console embarquée

Il y a cinq 'fenêtres' sur l'écran de la console embarquée

Plusieurs d'entre elles changent selon l'option sélectionnée.

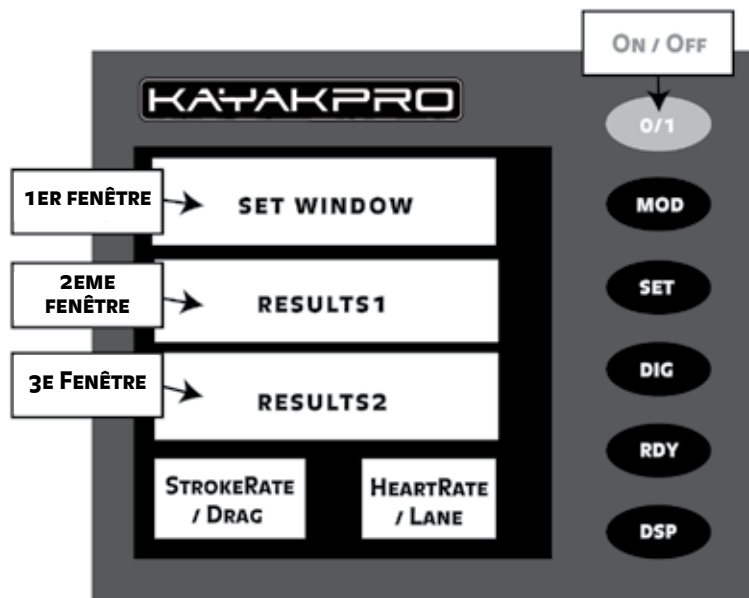
## POUR ALLUMER L'ÉCRAN

Appuyez sur le bouton rouge '0/1' en haut. Pour éteindre la console,

Appuyez sur le bouton RDY pendant 5 secondes

## UNE FOIS QUE VOUS AVEZ ALLUMÉ L'ÉCRAN

La fenêtre en haut clignotera. dépendamment du réglage précédent, le système sera ou bien sur 'meter' ou 'time'. En appuyant sur le bouton de mode 'MOD' se système basculera entre ces deux réglages. Si vous voulez étalonner ou mesurer votre Entraînement en fonction de la distance, sélectionnez 'meter'. Si vous voulez étalonner ou mesurer en fonction du temps, sélectionnez 'time'.



REPRÉSENTATION GRAPHIQUE DU DEVANT DE LA CONSOLE

## RÉGLER LES OPTIONS DE LA 1ER FENÊTRE

### RÉGLER LA FENÊTRE 'METER/TIME'

#### (LA PREMIÈRE FENÊTRE)

Après avoir allumé la console. Dépendamment que vous souhaitez Avoir 'Time' ou 'Meter', quelque chose dans cette fenêtre commencera à clignoter. Si vous voulez changer le réglage (ou bien plus ou moins le temps ou la distance), Appuyez sur le bouton SET. Cela changera la position des chiffres sur l'écran. Pour régler les chiffres, appuyez sur le bouton 'Dig'. Cela rajoute un chiffre par Pression (similaire à une montre numérique). Réglez 'Time' ou 'Meter' comme cela vous convient. Lorsque vos préférences de réglage sont effectuées, appuyez sur le bouton 'RDY' afin de confirmer votre réglage 'Time/Meter'

**VEUILLEZ NOTER :** votre réglage de Time/Meter dans cette fenêtre aura un effet sur la troisième fenêtre à partir du haut. Si vous sélectionnez 'Time' pour la fenêtre supérieure, 'Meter' sera automatiquement affiché dans la troisième fenêtre. Et si vous sélectionnez 'Meter' dans la fenêtre supérieure, 'Time' sera affiché dans la troisième fenêtre, une fois que Le bouton 'RDY' est enfoncé.

### LE BOUTON (PRÊT) 'RDY'

Ceci prépare la console d'entraînement durant votre entraînement. Quand vous commencerez à pagayer, la console commencera à fonctionner automatiquement. Si vous avez sélectionné 'Meter' dans la fenêtre supérieure

et que vous vous arrêtez de pagayer, l'afficheur de la console se mettra en pause.

Cependant, si vous avez sélectionné 'Time' L'horloge continuera à fonctionner, même si vous vous arrêtez de pagayer. Après avoir appuyé sur le bouton 'RDY', vous pouvez toujours changer certains Réglages de console. Ils sont contrôlés par le bouton 'DSP' (affichage). En appuyant sur le bouton 'DSP' cela a un effet sur La deuxième fenêtre à partir du haut. (Voir image : avant de la console) Appuyer sur le bouton RDY après la fin d'une course réinitialisera l'appareil pour la prochaine course.

## RÉGLER LES OPTIONS DE LA 2EME FENÊTRE

### LA FENÊTRE 500M/WATTS/KCALs

#### LA DEUXIÈME FENÊTRE À PARTIR DU HAUT

Cette fenêtre est juste au-dessous de la fenêtre 'Time/Meter'. Elle bascule entre trois réglages :

- (500m.) Fournit votre rythme de 500 m
- (Watts) montre une moyenne de watts générée par coup de rame.
- (Kcals) indique le nombre de calories brûlées par heure à votre rythme actuel.hour at your pace.

**NOTE IMPORTANTE :** si vous voulez réinitialiser la distance ou le Temps après avoir appuyé sur le bouton 'RDY', appuyez sur 'MOD' pendant 5 secondes. Cela permettra la réinitialisation de la distance ou le temps Première fenêtre

## RÉGLER LES OPTIONS **DE LA FENÊTRE INFÉRIEURE GAUCHE**

Votre facteur de résistance étalonné apparaîtra ici.

## RÉGLER LES OPTIONS **DE LA FENÊTRE INFÉRIEURE DROITE**

Cela affichera votre unique ID de sélection de ligne (nécessaire lors de l'utilisation des logiciels iRaceRegatta ou iRaceExpress) pour modifier le réglage de ligne. Allumez la console. Ensuite AVANT d'appuyer sur le bouton 'RDY', Appuyez trois fois sur 'DSP'. La sélection de ligne clignotera alors. Pour la régler, appuyez sur 'SET+' pour augmenter ou 'DIG-' pour diminuer. Lorsque votre chiffre de ligne préféré est affiché, appuyez sur le bouton 'RDY'. Pour utiliser iRaceExpress ou iRaceRegatta, vous devrez entrer un chiffre entre 1 et 9.

Votre rythme cardiaque sera affiché ici à la fin du réglage de la console. Pour que le rythme cardiaque soit contrôlé, vous devez porter l'émetteur sur la ceinture thoracique compatible avec ANT+ et établir la liaison entre La ceinture thoracique et la console pendant les 30 premières secondes de la mise sous tension de la console.



# ÉTALONNAGE DE LA CONSOLE EMBARQUÉE

La console embarquée de SpeedStroke GYM et de MultiStroke a des capacités pour accepter le poids de l'athlète entré (kg) et étalonner Le dynamomètre de SpeedStroke GYM ou de MultiStroke En prenant en considération l'individu et les propriétés de la machine. Ce calcul automatique et étalonnage permettra à différents poids d'athlètes, les résultats ajustés aux conditions et la configuration des machines sur site à harmoniser entre les machines

## POUR ÉTALONNER LE POIDS DE L'ATHLÈTE + RÉSISTANCE

**ÉTAPE 1:** Appuyez sur la touche (0/1) pour la mettre sous tension. Le poids, résistance et ID de ligne seront tous affichés sur l'écran.

**ÉTAPE 2:** Appuyez sur la touche (DSP) une fois pour permettre l'entrée du poids de l'athlète. La deuxième fenêtre clignotera.

**ÉTAPE 3:** pour augmenter ou réduire le poids de l'athlète affiché. Utilisez la touche (SET+) et (DIG-) pour entrer le poids du rameur en kg. Que ce soit vers le haut ou vers le bas. Appuyez sur 'RDY' pour mémoriser votre poids et commencer, ou sur DSP pour mémoriser votre poids et passer à l'étalonnage de résistance, voir plus de détails qui suivent.

## POUR RÉGLER LA RÉSISTANCE

**ÉTAPE 1:** Appuyez sur le bouton rouge 'On/Off'

**ÉTAPE 2:** Appuyez sur le bouton DSP deux fois. La fenêtre Au coin inférieur gauche clignotera.

**ÉTAPE 3:** Lorsque l'écran de la fenêtre inférieure gauche clignote, accélérez le ventilateur à une vitesse de 700 ou à une vitesse qui dépasse celle affichée sur la deuxième fenêtre. Une fois que l'accélération/vitesse dépasse 700, laissez le rotor fonctionner librement jusqu'à ce que le ventilateur devienne Libre ou en arrêt. Lorsque l'écran s'arrête de clignoter, le facteur de résistance est automatiquement réglé et cette image sera affichée sur la fenêtre inférieure gauche. Veuillez étalonner à nouveau à chaque fois que la position de de l'entrée d'air ou du manche est modifiée, ou lorsque ou bien la pile ou le poids de l'athlète change. Un dynamomètre non-étalonné donnera des résultats inexacts

**ÉTAPE 4:** Lorsque le calcul de la résistance a été automatiquement enregistré sur la fenêtre inférieure gauche, appuyez sur 'RDY' pour mémoriser le coefficient d'étalonnage de la résistance Maintenant vous êtes informé et prêt à pagayer.

**MAINTENANT VOUS ÊTES PRÉPARÉ ET PRÊT À RAMER.**

# CONNEXIONS PC EXTERNES POUR LE LOGICIEL

La 'fiche téléphonique' (ou fiche LIN) appelée ainsi parce qu'elle ressemble à la fiche utilisée dans les branchements téléphoniques. Il y a deux bouts dans le câble LIN sur votre SpeedStroke ou MultiStroke un qui va vers le milieu du cadre du SpeedStroke (près du repose-pied) et l'autre devant ou au bout du rotor. Ce câble LIN fournit à la fois des données sortantes et entrantes à un ordinateur. Insérez la prise du connecteur LIN à l'arrière du port de la fiche LIN à l'arrière de la console

Utilisez ce câble LIN pour connecter la console embarquée à votre ordinateur (nécessaire seulement lorsque vous utilisez les logiciels iRaceExpress, iRaceRegatta, eMonitorPro or Virtua-Race), connectez le bout de la prise du câble LIN (câble LIN) à la petite boîte carrée (Voir la page 004, image 4)



**LIN CABLE**

Câble de [connexion]LIN L'autre côté de la boîte LIN se connecte au câble USB bleu qui à son tour se connecte au port USB de l'ordinateur.

Une fois que le câble LIN, la boîte LIN et le câble USB sont connectés à votre ordinateur, une lumière rouge sur la boîte LIN s'allumera. Ceci indique qu'il y a une bonne connexion entre la console du SpeedStroke et votre ordinateur. Si la connexion LIN/PC exige un câble plus long, raccordez la boîte LIN à 4 sortie au câble LIN du dynamomètre et utilisez ensuite un câble LIN supplémentaire pour connecter la boîte LIN à 4 sorties à la boîte LIN à 2 sorties.

**CONTACT US** | [WWW.KAYAKPRO.COM](http://WWW.KAYAKPRO.COM) | +1 914 310 5899 | [SALES@KAYAKPRO.COM](mailto:SALES@KAYAKPRO.COM)

**KAYAKPRO**

KayakPro USA LLC  
6538 Collins Ave Suite 306  
Miami Beach, FL 33141



KAYAKPRO USA LLC OFFICIAL SUPPLIERS OF  
KAYAK AND CANOE ERGOMETERS TO THE  
2004, 2008 AND 2012 OLYMPIC GAMES



SUPPLIER OF ERGOMETERS TO NASA  
LYNDON B. JOHNSON SPACE CENTER | HOUSTON, TEXAS